

YMCAお楽しみストレッチヨガ！！

パート10

♪ ♪ ♫ ♪ ♫ ♪ ♪ ♫ ♪ ♫
みんなでおしゃべりしながら体を動かしましょう！

体を動かしリフレッシュしましょう！(^^)(^^)(^^)



講師：金森千穂

第9回ストレッチヨガ<2018年5月10日>

と き 2018年(平成30年)7月5日(木)

じかん 10:00~12:00(開場9時30分)

<はじめての方でもお気軽にご参加ください>

ばしよ 市営新蛇田第一集会所 ☎0225-22-0223

もちもの タオル、飲み物、動きやすい服装

しゅさい 公益財団法人 仙台YMCA
石巻広域ワイズメンズクラブ

